

۱۲۔ معمولی امراض، گھریلو علاج

باتا یے تو بھلا



- ذیل کی تصوپریں غور سے دیکھیے اور تصوپروں کے نیچے دیے ہوئے سوالوں کے جواب دیجیے۔



اس لڑکے کو ڈاکٹر کے پاس کیوں لاایا گیا ہوگا؟

اس لڑکے کے ہاتھ پر پلاسٹر کس لیے باندھا گیا ہوگا؟

کیا پلاسٹر باندھنے کا کام گھر پر کیا جاسکتا تھا؟

بیماری

ہماری صحت اچھی ہوتی ہمیں وقت پر بھوک لگتی ہے۔ ہم رات میں ٹھیک طرح سے سوتے ہیں۔ ہاضمہ کا کوئی مسئلہ نہیں رہتا۔ سب سے اچھی بات یہ ہے کہ صحیح اٹھنے پر ہمیں تازگی محسوس ہوتی ہے۔ چھوٹے چھوٹے کام کرنے پر تھکن نہیں ہوتی۔ لیکن چند وجوہات کی بنا پر ہم کبھی بیمار ہو سکتے ہیں۔

افشاں کے گلے میں درد ہو رہا تھا۔ ایسے میں اس نے آنس کریم کھالی۔ دوسرے روز اسے نوالہ نگنے میں تکلیف ہونے لگی۔ امی نے دو دن صح اور اسکول سے آنے کے بعد اسے نمک کے پانی سے غرارے کروائے۔ تیسرا دن افشاں کا گلا پوری طرح ٹھیک ہو گیا۔ افشاں کی یہ بیماری معمولی تھی۔ وہ جلد اچھی ہو گئی۔



اس کے پندرہ دن بعد افشاں کی بہن بیمار ہو گئی۔ اس کو بخار آنے لگا۔ آنکھیں پیلی نظر آ رہی تھیں۔ طبیعت کھانے کی طرف راغب نہیں تھی۔ امی اسے فوراً دو اخانے لے گئیں۔ ڈاکٹر نے کہا کہ افشاں کی بہن کو یقان ہو گیا ہے۔

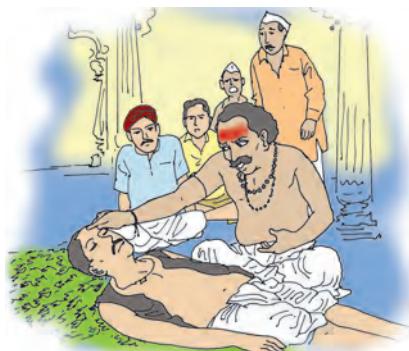
ڈاکٹر نے افشاں کی بہن کو تین ہفتے مکمل آرام کرنے کا مشورہ دیا۔ تیل، لکھی، لمحن وغیرہ اشیا کم سے کم کھانے کا مشورہ دیا۔ افشاں کی بہن کی یہ بیماری فوراً اچھی ہونے والی نہ تھی۔

مناسب یا نامناسب

شرفو اور اس کی چھوٹی بہن شنو کھیت میں کام کر رہے تھے۔ تبھی شرفو کو سانپ نے ڈس لیا اور فوراً غائب ہو گیا۔ دونوں نے سانپ کو ٹھیک سے دیکھا بھی نہیں۔ لیکن سانپ کے ڈسنے سے شرفو کافی گھبرا گیا۔ وہ زور زور سے چیخنے لگا۔ آس پاس کے لوگ دوڑتے ہوئے آئے۔

شنو کہہ رہی تھی کہ شرفو کو فوراً تعاقب لے جانا چاہیے۔ سانپ کے زہر کا نجکشنا وہاں کے سرکاری اسپتال میں ملتا ہے۔ وہ شرفو کو دینا ضروری ہے لیکن شنو کی بات پر کسی نے دھیان نہیں دیا۔

لوگ جلدی جلدی بیل گاڑی لائے۔ شرفو کو بیل گاڑی میں ڈالا اور اسے فوراً گاؤں کے جھاڑ پھونک کرنے والے بابا کے پاس لے گئے۔ اس نے شرفو کو نیم کے پتوں پر لٹادیا اور زہر اُتارنے کا منتر پڑھنے لگا۔



آپ کا کیا خیال ہے؟ کیا سانپ کا زہر منتر سے زائل ہو جاتا ہے؟

اطراف کے لوگ شرفو کو جھاڑ پھونک کرنے والے بابا کے پاس لے گئے۔ یہ صحیح ہے یا غلط؟

آپ شرفو کو جھاڑ پھونک کرنے والے بابا کے پاس لے جاتے یا سرکاری اسپتال میں؟

شرفو بعد میں ٹھیک ہو گیا۔ کیا زہر منتر کی وجہ سے زائل ہو گیا اس لیے وہ ٹھیک ہو گیا یا سانپ غیر زہریلا تھا اور تعریف جھاڑ پھونک والے کی ہوئی۔

گھر بیلو علاج

فوراً اچھی ہونے والی بیماریاں ہوں تو وہ گھر بیلو علاج سے اچھی ہو جاتی ہیں۔ افشاں کی اُمی نے اسے گرم پانی کے غرارے کرائے۔ اس کے گلے کا درد دودن میں ٹھیک ہو گیا۔ آپ کو یاد ہے نا؟

گھر میں تجربہ کار بزرگ رہتے ہیں۔ وہ کبھی کبھی ایسے گھر یو نسخے بتاتے ہیں۔

نزلہ زکام ہو جانے پر سوتے وقت گرم پانی کی بھاپ لیتے ہیں۔ سینہ سینکتے ہیں۔ بخار آئے یا بدھنی ہو جانے پر مسلسل قہوتی ہوتا یہ شخص کو کھانے کے لیے اصرار نہ کریں۔ زیادہ سے زیادہ اسے لیمو کا ٹھنڈا شربت دیں۔ دوسرا دن دہی چاول کھلائیں۔

کسی کو خراش آجائے یا چھوٹا زخم ہو جائے تو زخم کو صاف پانی سے دھوئیں۔ اسے خشک کریں۔ اس پر پنچھر آیو ڈین لگائیں۔ اس پر صاف کپاس لگا کر زخم باندھ کر رکھیں۔

بیماری معمولی بھی ہوتا اس سے لاپرواہی کبھی نہ بر تیں۔ یہ ہن میں رکھیے کہ گھر یو علاج کی ایک حد ہوتی ہے۔ دو دنوں میں ٹھیک نہ ہوں اور بیماری بڑھنے کے آثار نظر آئیں تو ڈاکٹر کو دکھادینا بہتر ہوتا ہے۔

ڈاکٹر کی صلاح کے بغیر کوئی بھی دوا استعمال کرنا مناسب نہیں ہے۔



سماج کے لیے طبی خدمات انجام دینے والے لوگ

سماج کی صحت کی فکر کرنے اور بیماریوں کا علاج کرنے کو طبی خدمات کہتے ہیں۔

بڑے بڑے شہروں میں ڈاکٹروں کے دواخانے اور اسپتال ہوتے ہیں لیکن بہت سے شہروں اور دیہی علاقوں میں سرکاری ابتدائی طبی مرکز اور سرکاری دواخانے ہوتے ہیں۔ وہاں بے حد مناسب خرچ پر مريضوں کا علاج کیا جاتا ہے۔
بڑے بڑے شہروں میں وہاں کی بلدیہ بھی طبی علاج کے اسپتال چلاتی ہیں۔

ہم نے کیا سیکھا؟



- # کچھ بیماریاں جلد اچھی ہو جاتی ہیں۔ بعض جلد اچھی نہیں ہوتیں۔
- # چھوٹی بیماریاں گھریلو علاج سے ٹھیک ہو سکتی ہیں۔ گھر میں تجربہ کار بزرگ لوگوں کو ایسے گھریلو نئے معلوم ہوتے ہیں۔
- # نزلہ زکام ہو تو گرم پانی کی بھاپ لیتے ہیں اور سینے کو سینکتے ہیں۔ قہوہ یا موکاشربت دیتے ہیں۔

اسے ہمیشہ ذہن میں رکھیں



جھاڑ پھونک، تنتر منتر سے بیماریاں اچھی نہیں ہوتیں۔

مشق



(الف) کیا کریں گے بھلا؟

مبینی کے ایک اسکول میں شاپین چوٹھی جماعت میں پڑھتی ہے۔ ایک دن شام میں اسکول سے گھر جاتے ہوئے ایک سواری کا دھکا لگ کر وہ گرگئی اور بے ہوش ہو گئی۔ اس کے پیر کو بہت زیادہ چوٹ لگی۔

(ب) آئیے دماغ پر زور دیں۔

- (۱) اڈولسا کے پتوں کا عرق کس لیے منفرد ہوتا ہے؟
- (۲) نزلہ زکام کی کیا کیا علامتیں ہیں؟
- (۳) بام کس لیے استعمال ہوتا ہے؟
- (۴) بخار اُتر نے کی کیا کیا علامتیں ہیں؟

(ج) نیچ دی ہوئی جدول مکمل کیجیے۔

ذیل میں کچھ بیماریوں کے نام دیے ہوئے ہیں۔

- | | | | |
|------------------------|----------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| (۱) نزلہ زکام | (۲) چکن گنیا | (۳) ملیریا | (۴) کھلتے ہوئے گرجانے پر خراش آنا |
| (۵) پیپٹ میں مرود ہونا | (۶) ٹائیفائنیڈ | (۷) انگلی کو گرم توے کا چڑکالنا | (۸) پیر میں موچ آنا |
- ان میں سے کون سی بیماریاں جلد اچھی ہونے والی ہیں؟ کون سی جلد اچھی ہونے والی نہیں ہیں؟ پہچانیے اور ذیل کی جدول مکمل کیجیے۔

جلد اچھی نہ ہونے والی بیماریاں	جلد اچھی ہونے والی بیماریاں

(د) مختصر جواب لکھیے۔

- (۱) افشاں کے گلے میں درد کیوں ہو رہا تھا؟
- (۲) یرقان ہونے پر افشاں کی بہن کوڈاکٹ نے کتنے دن آرام کرنے کے لیے کہا؟
- (۳) نزلہ زکام کے لیے گھر میڈی علاج کون سا ہے؟
- (۴) کیا ڈاکٹر کی صلاح کے بغیر کوئی دوا استعمال کرنا چاہیے؟

(ه) خالی جگہ پر کچھیے۔

- (۱) افشاں کی بہن کی آنکھیں نظر آ رہی تھیں۔
- (۲) کے کاٹنے کی وجہ سے شرفوں کافی پریشان ہو گیا۔
- (۳) دھوپیا ہوا خم کر کے اس پر ٹنکھرا آیوں لگائیں۔

○○○————— سرگرمی —————○○○

● اپنے علاقے کے دو اخانے میں جائیے۔ ڈاکٹروں سے ملاقات کچھیے۔ ابتدائی طبقی امداد کے بارے میں معلومات حاصل کچھیے۔

